取扱説明書

オムロン 体重体組成計
HBF-254C
Karada Scan

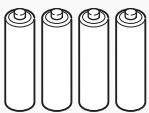
OMRON

■オムロン製品をお買い上げいただき、ありがとうございました。
■安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。
■本書はいつもお手元においてご使用ください。
■本書は品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。
※本書に記載しているイラストはイメージ図です。

次のものが入っていますか?

箱の中には次のものが入っています。
万一、不足のものがありましたら、お客様サービスセンター
（☞ 裏表紙）までご連絡ください。

1 本体

2 お試し用電池（単4形アルカリ乾電池4個）

重要 マンガン乾電池や充電式電池は使用しないでください。

3 取扱説明書（本書：品質保証書付き）

目次

はじめに

次のものが入っていますか？ ········ 表紙
健康サポートサービスについて ········ 1
安全上のご注意 ········ 2
各部の名前 ········ 6
電池を入れる ········ 7

使い方

この体重体組成計の使い方 ········ 8
初期設定をする ········ 9
　スマートフォンで設定する ········ 9
　パソコンで設定する ········ 10
　ユーザーの追加 ········ 10
正しい測定のしかた ········ 11
0kg 補正について ········ 12
体重体組成をはかる ········ 13
　乗るだけで（自動認識機能を使って）はかる ········ 14
　個人番号を選択してはかる ········ 17
　ゲスト機能を使ってはかる ········ 18
体重だけをはかる ········ 19
体重引き算機能を使ってはかる ········ 20
前回の測定記録を見る ········ 22
データ転送する ········ 23
　スマートフォンでデータ転送をする ········ 23
iPhoneとの接続情報を削除する ········ 24
本体で設定•変更する ········ 25

困ったときに・保証など

おかしいな？と思ったら ········ 32
　エラー表示が出た ········ 32
　こんな画面が表示されたら ········ 32
　測定値がおかしい、動作がおかしい ········ 33
　電源が切れた ········ 35
活用ガイド ········ 36
　特長と測定原理 ········ 36
　正しく測定していただくためには ········ 37
　指標 ········ 39
仕様 ········ 41
別売品について ········ 42
保証規定／品質保証書 ········ 裏表紙

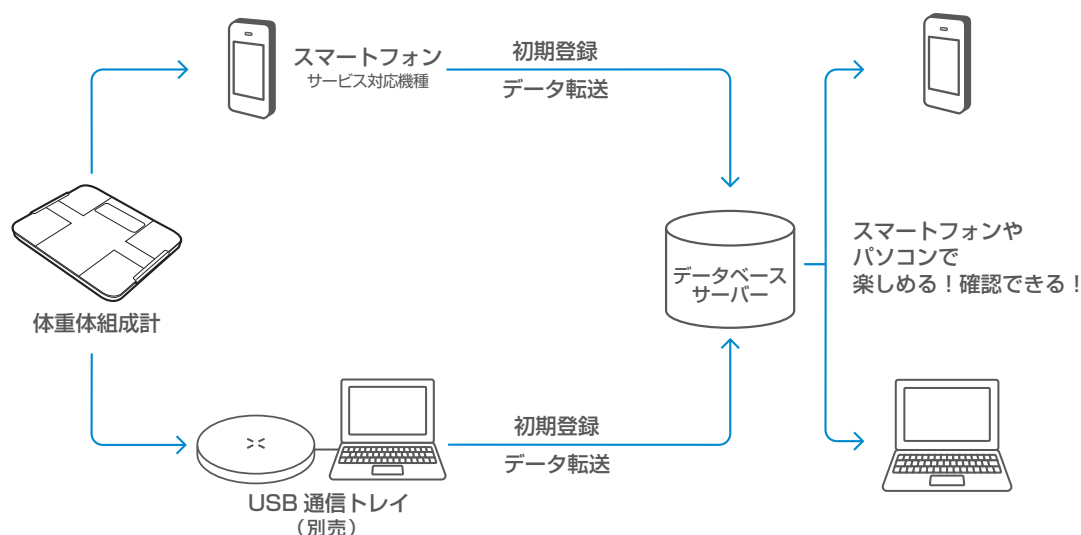
健康サポートサービス
WellnessLINK®

All for Healthcare

健康サポートサービスについて

健康サポートサービスでは、転送された測定結果をグラフで管理することができます。

健康サポートサービスのしくみ

スマートフォン
サービス対応機種
初期登録
データ転送
体重体組成計
データベースサーバー
スマートフォンやパソコンで楽しめる！確認できる！
初期登録
データ転送
USB 通信トレイ
（別売）

- 健康サポートサービスへの登録は、スマートフォン、パソコンからおこなえます。
- 他に当社体重体組成計をお持ちの場合、健康サポートサービスへの登録は 1 台（1 機種）のみです。
- 転送されたデータはサーバーに保存されます。
  （お使いのスマートフォンやパソコンには保存されません。）
- パソコンで登録される方は、別売の「オムロン USB 通信トレイ（HHX-IT4）」が必要です。
  登録は USB 通信トレイの取扱説明書にしたがっておこなってください。
- スマートフォンの対応機種、パソコンの推奨環境は次のサイトで確認してください。

- ウェブサイト・アプリの仕様および本書に記載されている内容は、予告なしに変更することがあります。

安全上のご注意　お使いになる前に必ずお読みください。

●ここに示した内容は、製品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。
●表示と意味は次のようになっています。

■ 危険、警告、注意について

⚠危険	誤った取り扱いをすると、**人が死亡または重傷を負う危害が、切迫して生じることが想定される内容**を示します。
⚠警告	誤った取り扱いをすると、**人が死亡または重傷を負うことが想定される内容**を示します。
⚠注意	誤った取り扱いをすると、**人が傷害を負ったり物的損害*の発生が想定される内容**を示します。

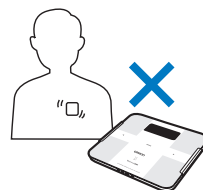
*物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

■ 図記号の例

必ず守る	●記号は強制（必ず守ること）を示します。（左図は“必ず守る”）
禁止	⃠記号は禁止（してはいけないこと）を示します。（左図は“禁止”）

⚠危険

使用にあたって

下記のような医療機器との併用は、絶対しないでください。
①ペースメーカーなどの植込み型医療機器
②人工心肺などの生命維持用医療機器
③心電計などの装着型医療機器
・これら医療機器の誤動作をまねき、生命に著しい障害をもたらす原因になります。

⚠警告

使用にあたって

減量や運動療法などをおこなう場合は、自分だけで判断せず、医師か専門家の指導を受けてください。
・自己判断は健康を害する原因になります。

航空機内や病院など、無線機器の使用が禁止された区域では使用しないでください。

⚠警告

設置と取り扱いについて

強化ガラスを使用しておりますが、本体を倒したり落としたり、上にものを落とすなど、本体に強い衝撃を与えないでください。
- 衝撃によりガラスが割れ、けがの原因になります。また本体の破損により、正確な測定ができません。

壁に立てかけて置かないでください。
- 倒れたときに、けがや故障の原因になります。

タイルの上や、ぬれた床などのすべりやすいところでは使わないでください。
- すべってけがをする原因になります。

測定について

体の不自由な方は、介護の方が付き添いのうえ、ご使用ください。
- 転倒してけがをする原因になります。

風呂上がりなど、体や手足がぬれている状態で測定しないでください。
- すべってけがをする原因になります。
- 内部に水が入って故障の原因になります。また、正確な測定ができません。

飛び乗ったり、跳ねたりしないでください。
- 転倒してけがをする原因になります。また、衝撃により使用範囲を超え、破損の原因になります。

本体の端に乗らないでください。
- 転倒してけがをする原因になります。また、正確な測定ができません。

データ転送について

本製品は植込み型医療機器（心臓ペースメーカーなど）の装着部位から 22 cm 以内に近づけないでください。

⚠注意

使用にあたって

業務用（病院など）では使用しないでください。
- 家庭用計量器の基準に適合しています。
  業務用に要求される機能は備えていません。

通信時以外は、本体をスマートフォンや携帯電話など電波を発する機器に近づけないでください。
- 正しく測定できない場合があります。

設置と取り扱いについて

本体を分解や修理・改造しないでください。
- けがや故障の原因になります。

乳幼児には持ち運びをさせないでください。
- けがの原因になります。

⚠注意

測定について

測定するときは素足で乗ってください。
・すべってけがをする原因になります。また、正確な測定ができません。

電池の取り扱いについて

電池の⊕⊖極を正しく入れてください。
・発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

単４形アルカリ乾電池を使ってください。
新しい電池と古い電池、銘柄や種類の違う電池を同時に使用しないでください。マンガン電池・充電式電池は使用しないでください。
・発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

長期間（3 カ月以上）使用しないときは、電池を取り外してください。
また、使用済みの電池はすぐに取り外し、全て同時に新しいものと交換してください。
・液漏れなどにより、本体の破損や、けがの原因になります。

必ず守る

データ転送について

スマートフォンやパソコンの取扱説明書をよく読んでから使用してください。
・故障の原因になります。

通信中は本体の電池を交換しないでください。
・故障やデータ破損の原因になります。

お 願 い

■ 設置について
湿気の多い場所、水のかかる場所、直射日光の当たる場所空調機の風が直接当たる場所、火気のそばには置かないでください。
・故障の原因になります。

畳やじゅうたんなどの柔らかい床面で使用しないでください。
・脚が沈み本体背面が床に着くと、正確な測定ができない場合があります。

■ 取り扱いについて
足に皮膚病などの感染症がある方と共用するときは、清潔にしてからお使いください。
・感染の原因になります。共用するときは、水または中性洗剤をしみこませてよく絞った柔らかい布で、本体を拭き取ります。その後、から拭きしてください。

体重体組成をはかる目的以外には使わないでください。

本製品は精密機器です。落としたり、振動や強いショックを与えたりしないでください。
・故障の原因になります。

体重体組成計にスマートフォンや携帯電話を強く押し当てないでください。
・故障の原因になります。

■ お手入れについて
いつも清潔にしてお使いください。
・本体の汚れは乾いた柔らかい布で拭き取ってください。
・汚れがひどいときは、水または中性洗剤をしみこませてよく絞った柔らかい布で、拭き取ります。その後、から拭きしてください。

本体を水洗いしないでください。
・故障の原因になります。

汚れを落とすとき、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。
・変色や故障の原因になります。

ベンジン シンナー

■ 保管について
次のようなところに保管しないでください。
・水のかかるところ
・高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ
・傾斜、振動、衝撃のあるところ
・化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ

本体を立てかけた状態や上にものを置いた状態、裏返しの状態で保管しないでください。
・誤動作の原因になります。

はじめに

つづく

データ転送について

・本製品には、電波法に基づく工事設計認証を受けた 2.4GHz 帯小電力データ通信システムの無線設備が組み込まれています。本製品を改造したり、無線設備に記載されている認証番号を消さないでください。電波法に抵触する恐れがあります。
・本製品を本製品と同じ周波数を使用した無線 LAN、電子レンジ、無線機器などの周辺でご使用になりますと、本製品との間で電波干渉が発生する可能性があります。電波干渉が発生した場合、使用しない機器を停止するか、本製品の使用場所を変えるなど電波干渉の生じない環境でご使用ください。
・電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受する事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わることには使用しないでください。
・本製品は日本国内専用です。日本国外で使用しないでください。日本国外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあります。
・スマートフォンやパソコンの取扱説明書をよく読んでから使用してください。故障の原因になります。
・通信中は IC カードなど他の通信媒体、金属、磁石など磁界を発生させるものを通信エリアマークに近づけないでください。故障やデータ破損の原因になります。
・通信中に本体の電池を交換しないでください。故障やデータ破損の原因になります。

電波干渉に関するご注意

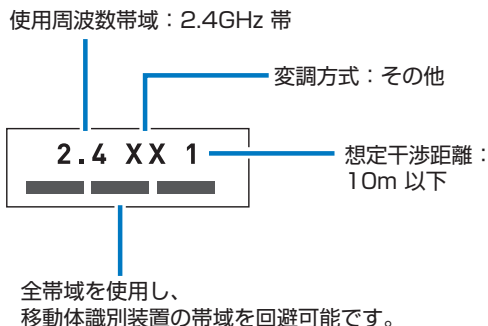
本製品の使用周波数帯では、電子レンジ等の産業・科学・医療機器のほか、他の同種無線局、工場の製造ライン等で使用される移動体識別用構内無線局、および免許を要しない特定小電力無線局、アマチュア無線局等（以下、「他の無線局」と略す）が運用されています。

1 本製品を使用する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。

2 万一、本製品と「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合は、速やかに使用場所を変えるか、製品の使用を停止（電波の発信を停止）してください。

3 その他、電波干渉の事例が発生した場合など何かお困りのことが起きたときは、サポートデスクまでお問い合わせください。

次のマークは電波の種類と干渉距離を表しています。

使用周波数帯域：2.4GHz 帯
変調方式：その他
2.4 XX 1
想定干渉距離：10m 以下
全帯域を使用し、移動体識別装置の帯域を回避可能です。

体組成の測定について

■ 本製品は、６才以上の日本人を対象としています。次のような方は、正しく測定できない場合があります。

高齢者／風邪などで発熱中の人／妊娠中の人／骨の密度が非常に低い骨粗しょう症患者／むくみのひどい人／人工透析患者／ボディービルダーやスポーツを職業にしている人またはそれに近い人

• 体内水分量などの体組成が、平均的な値と差が大きい可能性があるためです。

※体の不自由な方で、測定時に介護の方が付き添う場合は、正しく測定できない可能性があります。

各部の名前

本体

表示部

══ スイッチ
・電源 ON
・値の確定
・電源 OFF（3 秒以上長押し）

電極

電極

◁ スイッチ
• 触れるごとに 1 つ戻ります。
• 触れ続けると早戻しします。

通信エリアマーク

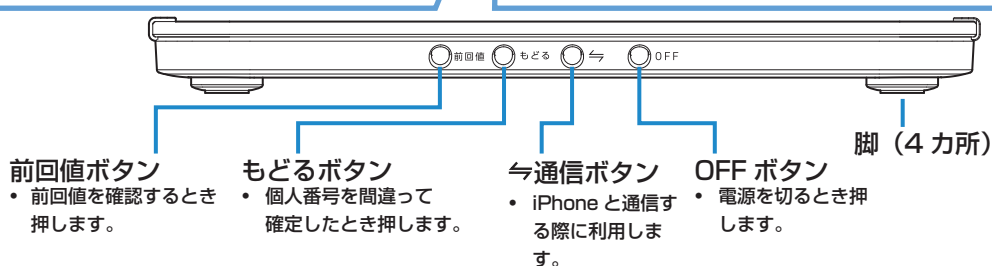
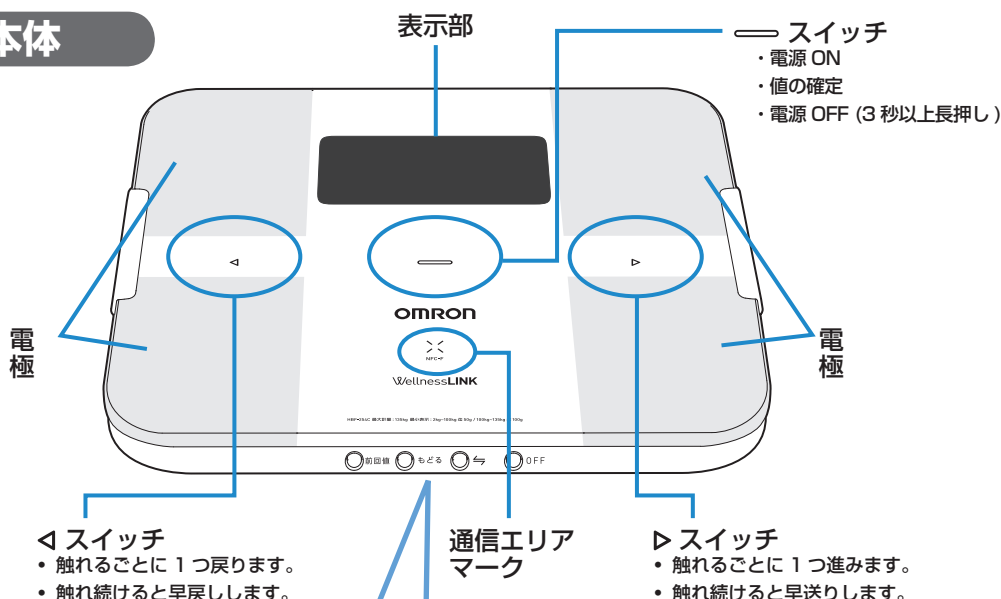
▷ スイッチ
• 触れるごとに 1 つ進みます。
• 触れ続けると早送りします。

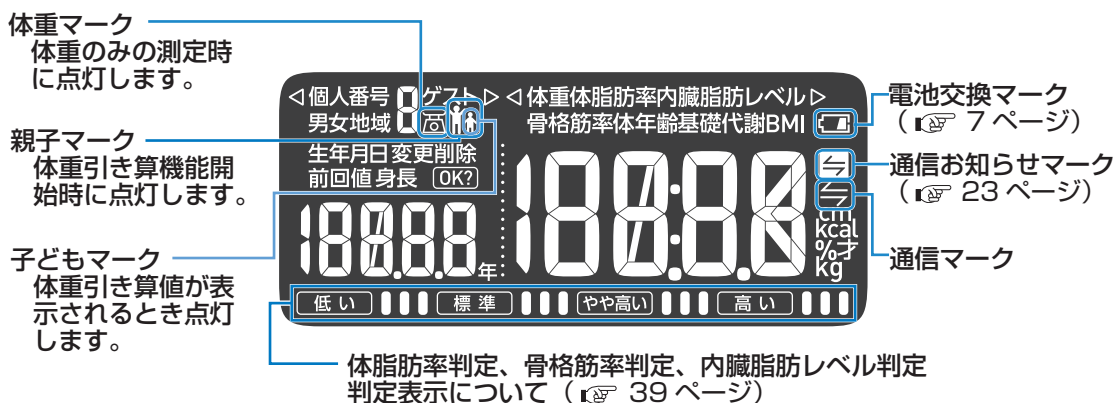
脚（4 カ所）

前回値ボタン
• 前回値を確認するとき押します。

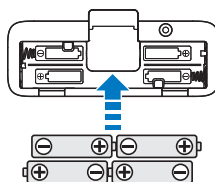
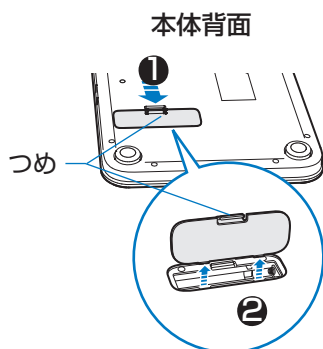
もどるボタン
• 個人番号を間違って確定したとき押します。

⇋通信ボタン
• iPhone と通信する際に利用します。

OFF ボタン
• 電源を切るとき押します。

※上面のスイッチを足で操作することもできます。足で操作すると転倒する可能性があります。ご注意ください。

表示部

電池を入れる

単４形アルカリ乾電池４個を入れます。

1 本体を裏返し、電池カバーを外し、電池を入れる

2 電池カバーを閉める

電池の寿命と交換について

■ 約６カ月測定できます。

（単４形アルカリ乾電池（４個）、室温 23℃、１日４回測定、一週間に４回の転送をおこなった場合）

・付属の電池はお試し用です。早めに寿命が切れることがあります。

・マンガン乾電池や充電式電池は使用しないでください。
使用回数が極端に減少します。また、誤動作する可能性があります。

■「」が点滅した /「」が点灯したときは、電池が消耗しています。

全て同時に新しい電池（同じ種類のもの）と交換してください。

■ 電源 OFF の状態で、電池を交換してください。

・電池を交換しても、個人データおよびメモリの内容は保持されます。

・使用済みの電池は、お住まいの市区町村の指導にしたがって処分してください。

この体重体組成計の使い方

HBF-254C は、次の流れで使います。

① 初期設定をする

電池を入れる
（☞ 7 ページ）

スマートフォンで設定する
（☞ 9 ページ）

パソコンで設定する
（☞ 10 ページ）
※別売のＵＳＢ通信トレイが必要です。

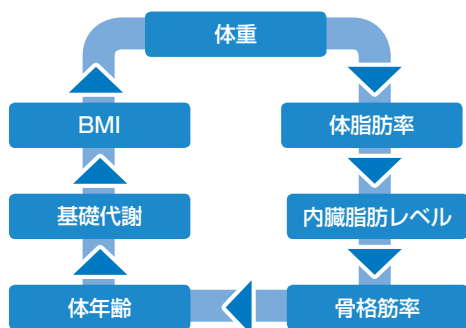
本体で設定する
（☞ 25 ページ）

重要 健康サポートサービスをご利用される場合、体重体組成計をお使いになる前に、機器登録などの初期設定を必ずおこなってください。

② 測定する

本体に乗る
（☞ 13 ページ）

③ 測定結果を見る

■ 本体で見る
（☞ 15 ページ）

健康サポートサービスから、本体での表示をあなたの見たい指標のみに設定することができます。（☞ 15 ページ）

■ 健康サポートサービスで見る

データを健康サポートサービスに転送する。
（☞ 23 ページ）
測定結果をスマートフォンで確認する。

初期設定をする

スマートフォンで設定する

1 iPhone の方は Bluetooth® を「オン」にする Android スマートフォンの方は、手順 2 からはじめてください

2 次のサイトにアクセスし、「からだグラフ」アプリをダウンロードする

http://wlm.jp/

重要 すでにアプリをお使いの方は、最新のバージョンに更新をしてください。

3 アプリを起動し、ログインする

重要 会員登録されていない方は、アプリをダウンロード後、会員登録をしてください。

4 機器登録をする

設定メニューから「機器設定」を選択し、画面の指示にしたがって登録してください。

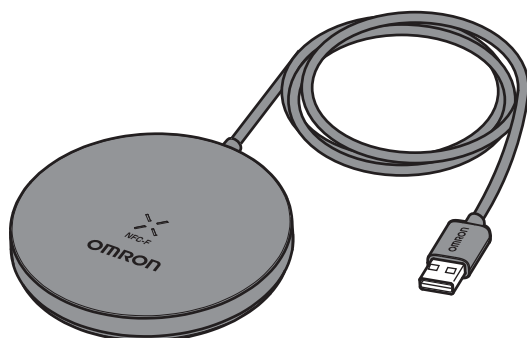
重要
- お使いの地域や個人データを変更したい場合は、「からだグラフ」でおこなってください。
- お引っ越しされた場合は、お使いの地域を必ず変更してください。

5 機器登録で設定された個人番号を選択してはかる

自動認識機能を使用するために測定し、体組成のデータを機器に登録させます。
（☞ 17 ページ）
「正しい測定のしかた」（☞ 11 ページ）

パソコンで設定する

パソコンで機器の設定やデータ転送をするには、別売の「USB 通信トレイ (HHX-IT4)」が必要です。
「別売品について」（☞ 42 ページ）

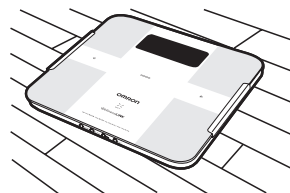
設定方法やデータ転送方法は、USB 通信トレイの『取扱説明書』を参照してください。

ユーザーの追加

機器 1 台に対して、個人データは 4 人まで登録することができます。それぞれに機器登録する必要があります。

一人目と同じ手順で設定してください。機器登録するときは一人目と異なる個人番号を使用してください。
「スマートフォンで設定する」（☞ 9 ページ）か「パソコンで設定する」（☞ 10 ページ）を参照してください。

正しい測定のしかた

■ 硬く平らな床面で測定してください。

重要　畳やじゅうたんなどの柔らかい床面では正確な測定ができない場合があります。

測定中、上記が表示されることがあります。
そのままお待ちください。

測定結果が表示されたら、測定完了です。
本体から降りてください。

重要　靴下などを履いたまま乗ると、正確な測定ができません。

こんな姿勢はダメ！

正確な測定ができません。

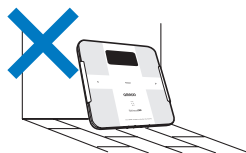
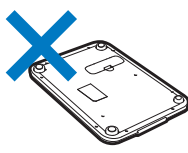
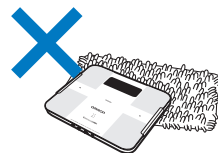
しゃがむ

ひざが曲がっている

足裏が電極とずれている

0 kg 補正について（保管時の注意）

この体重体組成計はすぐに測定ができるように、定期的に自動で精度補正をおこなっています。
次のような状態で置かれていた場合は精度補正ができていないため、実際とは異なる体重値が表示されることがあります。

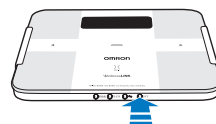
本体の脚が床についていない状態

立てかけた状態

裏返しの状態

ものの上に乗った状態

本体の上にものを置いた状態

このような場合は、**測定前に 0 kg 補正をしてください。**

0 kg 補正のしかた

❶ 測定位置（硬くて平らな床面）に置く

❷ 電源を入れる（測定はしません）

❸ 床に置いたまま電源を切る

以上で 0 kg 補正は終了です。**5 秒待って、**測定してください。

使い方

体重体組成をはかる

自動認識機能について

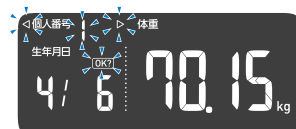
自動認識機能とは…

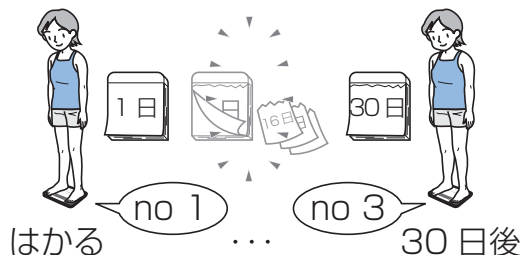
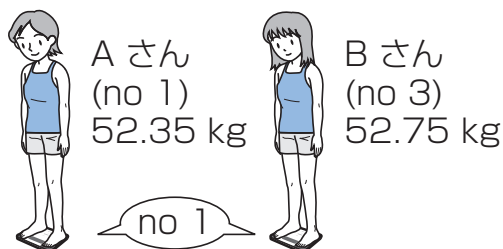
体重体組成を測定すると機器に登録されている個人番号の中から、誰が乗ったかを推定する機能のことです。

自動認識機能はご使用前に個人データの登録が必要です。

個人データを登録する

「初期設定をする」（☞ 9 ページ）
「個人データを登録する」（☞ 27 ページ）

測定後、個人番号と測定結果が表示されますので、自分の個人番号であることを確認してください。

次の場合は、誤認識することがあります。

・体形や体重の近い人がはかったとき　・しばらく測定せずに体重が変動したとき

重要　誤認識が続く場合は個人番号を選択してから測定してください。
「個人番号を選択してはかる」（☞ 17 ページ）

〔◁〕〔▷〕〔 ▭ 〕は足でも操作できます。
足で操作されるときは、つま先ではなくしっかり踏むようにしてください。

乗るだけで（自動認識機能を使って）はかる

1 測定する

❶ 電源 OFF の状態で、本体に乗る

乗ると自動的に電源が入ります。
「正しい測定のしかた」（☞ 11 ページ）

❷ 個人番号と測定結果が表示されたら、測定完了

本体から降りてください。

❸ 個人番号を確認する

■ 個人番号が合っているときは…

〔 ═══ 〕に触れてください。個人番号が確定し OK? が消え、生年月日が前回値に変わります。

〔◁〕〔▷〕で見たい測定値に切り替えることもできます。

個人番号や OK? が点滅表示されている状態で電源を切っても、表示されている個人番号の測定値として本体に記録されます。

■ 個人番号を間違って確定してしまったときは…

〔もどる〕を押して〔◁〕〔▷〕で個人番号を選択し、〔 ═══ 〕に触れて確定してください。

■ 個人番号が間違っているときは…

〔◁〕〔▷〕で個人番号を選択し、〔 ═══ 〕に触れてください。

OK? が消え、生年月日が前回値に変わります。

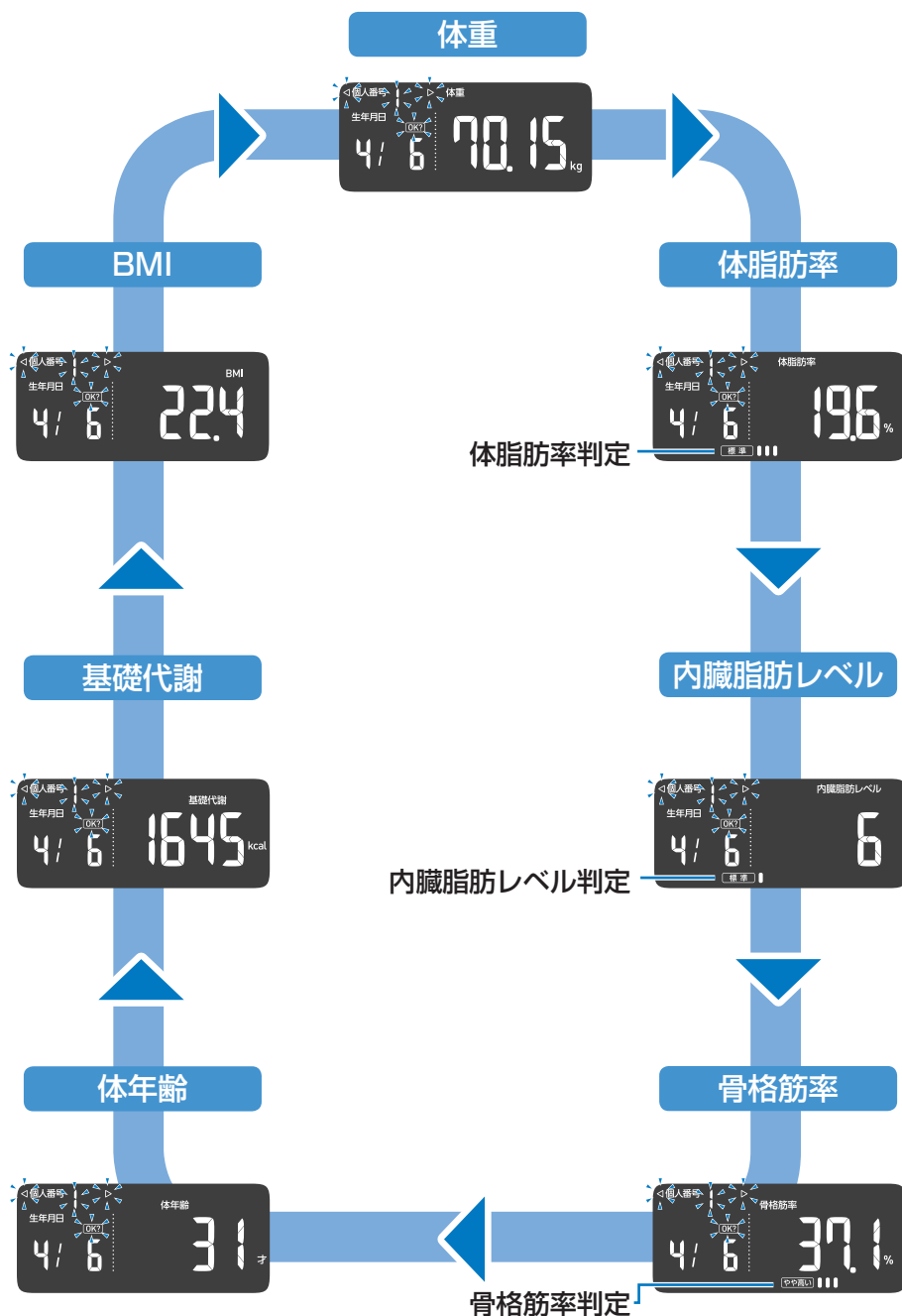
■ 個人番号が表示されたときは、個人データが登録できていません。

〔◁〕〔▷〕で登録したい個人番号を選択し、〔 ═══ 〕に触れて確定し、個人データを登録してください。

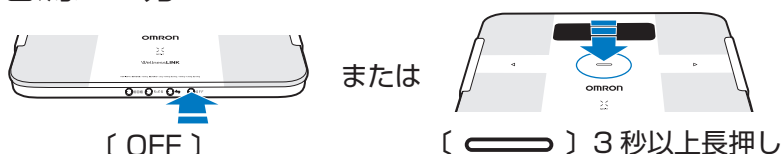
「個人データを登録する」（☞ 27 ページ）

使い方

2 測定結果を確認する

結果は 2 秒で自動的に切り替わります。
個人番号を確定すると〔◁〕〔▷〕で見たい測定値に切り替えることもできます。

各指標については「指標」（☞ 39 ページ）を確認してください。

健康サポートサービスをご利用の場合、本体での表示をあなたの見たい指標のみに設定することができます。健康サポートサービスにログイン後、スマートフォンの場合は「設定」、パソコンの場合は「機器設定」から設定できます。詳しくは、健康サポートサービスのヘルプを参照してください。

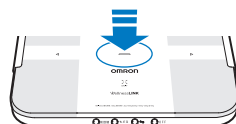
3 測定結果を確認したら、電源を切る

測定結果が表示されているときに、約 1 分間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

測定後、電源を切った後にもう一度測定記録を確認するには、「前回の測定記録を見る」（☞ 22 ページ）を参照してください。

測定を終了したらデータ転送しましょう。
「データ転送する」（☞ 23 ページ）

個人番号を選択してはかる

1 〔 ━━ 〕に触れて、電源を入れる

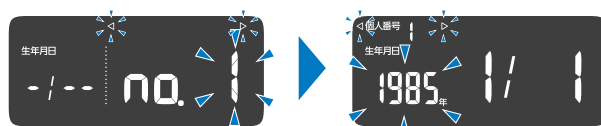
電源が入り、個人番号「no.1」が点滅します。

2 個人番号を選択し、確定する

〔◁〕〔▷〕で個人番号を選び､〔 ━━ 〕に触れて確定してください。

重要 「0.00 kg」が表示される前に本体に触れたり､動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。

■「個人番号」の後「誕生年」が点滅するときは…

選んだ個人番号に、個人データが登録されていません。個人データを登録してください。

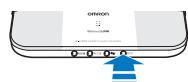
「初期設定をする」（☞ 9 ページ）
「個人データを登録する」（☞ 27 ページ）

3 測定する

本体に乗ってください。

正しい測定のしかたは、「正しい測定のしかた」（☞ 11 ページ）

測定結果が表示されたら、測定完了です。

測定結果の確認方法は、「2 測定結果を確認する」（☞ 15 ページ）

4 測定結果を確認したら、電源を切る

〔 OFF 〕

または

〔 ━━ 〕3 秒以上

測定結果が表示されているときに、約 1 分間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

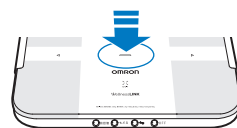
測定後、電源を切った後にもう一度測定記録を確認するには、「前回の測定記録を見る」（☞ 22 ページ）を参照してください。

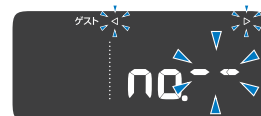
測定を終了したらデータ転送しましょう。
「データ転送する」（☞ 23 ページ）

ゲスト機能を使ってはかる

測定値は本体に記録されません。

1 〔 ━━ 〕に触れて、電源を入れる

電源が入り、個人番号「no.1」が点滅します。

2 「ゲスト(no.- -)」を選択し、確定する

〔◁〕〔▷〕で「ゲスト（no.- -)」を選び、
〔 ━━ 〕に触れて確定してください。

〔▷〕に触れるごとに「no.1」→「no.2」→「no.3」→「no.4」→「ゲスト（no.- -)」→「体重（no.0)」→「no.1」･･･ と変わります。

3 「個人データ」を入力する

「個人データを登録する」（☞ 27 ページ）の手順 3 から 5 までの操作をし、「生年月日」「性別」「身長」を設定してください。

身長が確定すると、設定した「生年月日」「性別・年齢」「身長」が表示された後、「0.00 kg」と表示されます。

重要 「0.00 kg」が表示される前に本体に触れたり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。

4 測定する

本体に乗ってください。
正しい測定のしかたは、「正しい測定のしかた」（☞ 11 ページ）
測定結果が表示されたら、測定完了です。
測定結果の確認方法は、「2 測定結果を確認する」（☞ 15 ページ）

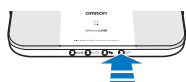
5 測定結果を確認したら、電源を切る

〔 OFF 〕

または

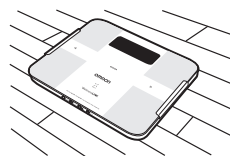
〔 ━━ 〕3 秒以上

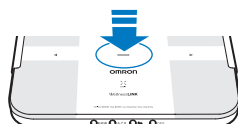
測定結果が表示されているときに、約 1 分間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

使い方

体重だけをはかる

体重だけをはかる方は、個人データを登録する必要はありません。
測定値は本体に記録されません。

■ 硬く平らな床面で測定してください。

重要 畳やじゅうたんなどの柔らかい床面では正確な測定ができない場合があります。

1 〔 ═══ 〕に触れて、電源を入れる

電源が入り、個人番号「no.1」が点滅します。

2 「体重（no. 0）」を選択し、確定する

〔◁〕〔▷〕で「体重（no.0）」を選び、
〔 ═══ 〕に触れて確定してください。

〔▷〕に触れるごとに「no.1」→「no.2」→「no.3」→「no.4」→「ゲスト（no.- -）」→「体重（no.0）」→「no.1」･･･と変わります。

重要 「0.00 kg」が表示される前に本体に乗ったり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。

3 本体に乗る

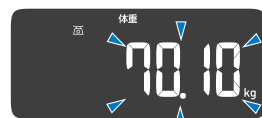
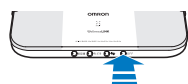
「0.00 kg」と表示されたら
本体に乗ってください。
正しい測定のしかたは、「正しい測定のしかた」（☞ 11 ページ）

4 体重が確定したら、本体から降りる

点滅して体重値が確定したことをお知らせします。

5 測定結果を確認したら、電源を切る

〔 OFF 〕

または

〔 ═══ 〕3 秒以上

測定結果が表示されているときに、約 3 分間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

体重引き算機能を使ってはかる

この体重体組成計には、1回目と2回目の測定値の差が表示される体重引き算機能を搭載しています。
1回目はご自身のみで、2回目はペットや赤ちゃんなどを抱いてはかると、1回目と2回目の体重差が表示されます。
体重引き算機能を使ってはかったときの測定値は本体に記録されません。

1 〔 ═══ 〕に触れて、電源を入れる

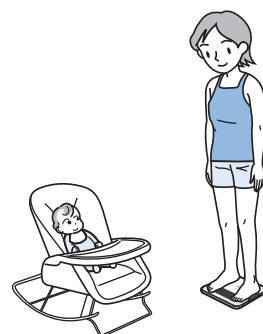
2 「体重（no. 0)」を選択し、確定する

〔◁〕〔▷〕で「体重（no.0)」を選び、
〔 ═══ 〕に触れて確定してください。

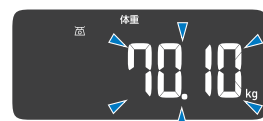
重要　「0.00 kg」が表示される前に本体に乗ったり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。正しく測定できない場合があります。

3 1回目の測定をする

本体に乗ってください。
正しい測定のしかたは、「正しい測定のしかた」（☞ 11ページ）

1回目と2回目の測定は逆でも体重差が表示されます。
乗りやすい順序で測定してください。

4 体重が確定したら、本体から降りる

点滅して体重値が確定したことをお知らせします。
測定結果が表示されているときに、約3分間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

使い方

5 2 回目の測定に入るために〔 ▭ 〕に触れる

「ピッ」と鳴って、「8888」の後に親子マーク「 」と「0.00 kg」が表示されます。

「0.00 kg」が表示されてから何も操作しない状態が 3 分以上続くと電源は切れます。

> **重要** 「0.00 kg」が表示される前に本体に乗ったり、動かしたり、上にものを置いたりしないでください。
> 「Err」が表示される場合があります。（☞ 32 ページ）

6 2 回目の測定をする

「0.00 kg」が表示されたら本体に乗ってください。

> 1 回目と 2 回目の測定は逆でも体重差が表示されます。
> **乗りやすい順序で測定してください。**

> **重要** 抱くと足元が見えにくくなりますので本体の端に乗らないように注意してください。転倒の恐れがあります。

7 体重が確定したら、本体から降りる

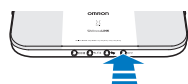
点滅して体重値が確定したことをお知らせします。

体重値が確定すると計算がはじまり、

子どもマーク「 」と体重差が表示されます。

8 測定結果を確認したら、電源を切る

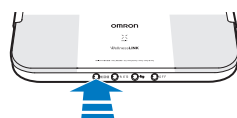
〔 OFF 〕

または

〔 ▭ 〕3 秒以上

測定結果が表示されているときに、約 3 分間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

前回の測定記録を見る

この体重体組成計は、個人番号ではかったとき、個人番号それぞれに最大 30 回分の測定値を自動的に記録し、本体では前回の測定記録を見ることができます。
体重のみ（体重引き算機能を含む）とゲスト機能を使ってはかったときの測定値は記録されませんので、見ることはできません。

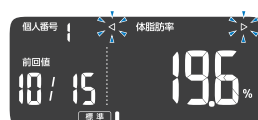
1 〔 前回値 〕を押して、電源を入れる

2 確認したい個人番号を選択し、確定する

〔◁〕〔▷〕で選び、〔 ━━ 〕に触れて確定してください。

3 前回値を見る

4 〔◁〕〔▷〕に触れて、その他の測定結果を見る

5 測定結果を確認したら、電源を切る

〔 OFF 〕　　〔 ━━ 〕3 秒以上

測定結果が表示されているときに、約 1 分間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

重 要

・個人番号それぞれに最大 30 回分が記録されます。30 回を超えると、古い測定値から順に削除されます。
・測定記録がないときは「- - - -」と表示されます。

使い方

データ転送する

日々の測定記録はスマートフォンのアプリ、または USB 通信トレイを使ってパソコンからデータ転送できます。パソコンからデータ転送する方法については USB 通信トレイの『取扱説明書』を参照してください。

通信お知らせマークについて

通信お知らせマークが点滅／点灯したときは、すみやかに測定記録を転送してください。

点滅：24 回分以上の測定記録があります。
すみやかに測定記録を転送してください。

点灯：30 回分の測定記録があります。
古い測定記録から順に削除されます。
すぐに測定記録を転送してください。

スマートフォンでデータ転送をする

1 アプリを起動する

2 「データ転送」を選ぶ

アプリの画面の指示にしたがって、データ転送をしてください。

「OK」が表示されると転送完了です

「Err」が表示されると転送ができていません

アプリの指示にしたがって、データ転送をやり直してください。

重要 「OK」また「Err」が表示されているときに、約 10 秒間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

iPhone との接続情報を削除する

体重体組成計本体には iPhone との接続情報が記録されています。
必要な場合は、下記の手順で接続情報を削除してください。

重要　本体に登録している全てのユーザーの接続情報が削除されます。

1 〔⇋〕と〔もどる〕を同時に長押しする

電源が入り、OK? と「CLr」が点滅します。

重要　削除を中止するときは、〔OFF〕を押して電源を切ってください。

2 〔 ━━ 〕に触れて確定する

「OK」が表示されると削除完了です

重要　「OK」が表示されているときに、約 10 秒間何も操作しなかった場合、電源は切れます。

本体で設定・変更する

スマートフォンで設定することをおすすめします。健康サポートサービスで、ユーザー登録と機器の登録を済まされた方は、本体での設定は必要ありません。

お住まいの地域を設定する

本製品では体重を正確に測定するために重力加速度の影響を補正します。

お住まいの地域を正しく設定しないと、正確な測定ができません。

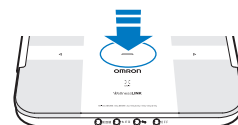
■ 下の表でお住まいの地域番号を確認してください。

地域	都道府県
地域 1	北海道
地域 2	青森県、岩手県、秋田県、宮城県、山形県
地域 3	福島県、新潟県、栃木県、群馬県、茨城県、千葉県、神奈川県、埼玉県、東京都（伊豆諸島、小笠原諸島を除く）、山梨県、長野県、福井県、富山県、石川県、岐阜県
地域 4	静岡県、愛知県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、山口県、広島県、岡山県、鳥取県、島根県、香川県、徳島県
地域 5	愛媛県、高知県、長崎県、福岡県、佐賀県、熊本県、大分県、宮崎県、伊豆諸島（東京都）
地域 6	鹿児島県
地域 7	沖縄県、小笠原諸島（東京都）

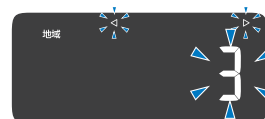
※離島にお住まいの方は、近い緯度の地域をお選びください。

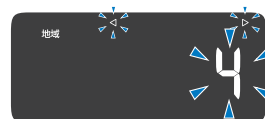
1 〔 ━━ 〕に触れる

電源が入り、地域番号「3」が点滅します。

お住まいの地域番号が「3」の方は手順３へ進んでください。

2 地域番号を選ぶ

〔◁〕に触れるごとに「2」「1」…と戻り、〔▷〕に触れるごとに「4」「5」…と進みます。

お住まいの地域番号を選んでください。

3 〔 ━━ 〕に触れる

地域が確定して、日付・時刻の設定に移ります。

日付・時刻を設定する　日付・時刻は正しく設定してください。

設定が間違っていると、正しい測定値が表示されません。

お住まいの地域の設定が終わると、続けて西暦年が点滅します。

1 「西暦年」を設定する

〔◁〕〔▷〕で現在の「西暦年」に合わせて、〔 ━━ 〕に触れる

・設定範囲：2014 ～ 2045 年
・早送り：10 単位

「西暦年」が確定し、「月」が点滅します。

2 「月」と「日」を設定する

❶ **〔◁〕〔▷〕で現在の「月」に合わせて、〔 ━━ 〕に触れる**

「月」が確定し、「日」が点滅します。

❷ **〔◁〕〔▷〕で現在の「日」に合わせて、〔 ━━ 〕に触れる**

・早送り：10 単位

「日」が確定し、「時」が点滅します。

3 「時」と「分」を設定する

❶ **〔◁〕〔▷〕で現在の「時」に合わせて、〔 ━━ 〕に触れる**

・24 時間表示
・早送り：10 単位

「時」が確定し、「分」が点滅します。

❷ **〔◁〕〔▷〕で現在の「分」に合わせて、〔 ━━ 〕に触れる**

・早送り：10 単位

「分」が確定すると、設定した「地域」「年・月・日」
「時・分」が表示され、電源が切れます。

これで地域・日付・時刻の設定が終わりました。

■ 設定中に間違えたときは…

電源を入れ直してください。「地域」が点滅しますので、「お住まいの地域を設定する」（☞ 25 ページ）の手順 2 から操作してください。

■ 設定中に電源が切れたときは…

設定中に約 1 分間何も操作しなかった場合、自動的に電源が切れます。設定し直してください。「お住まいの地域を設定する」（☞ 25 ページ）

■ 設定した地域・日付・時刻を修正するには…

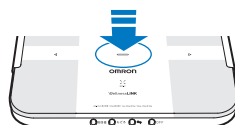
電池をいったん抜いて約 20 秒以上経過してから入れ直した後、電源を入れてください。「地域」が点滅しますので、「お住まいの地域を設定する」（☞ 25 ページ）の手順 2 から操作してください。

個人データ（生年月日・性別・身長）を登録する

体重体組成をはかるためには、あらかじめ生年月日・性別・身長を登録しておく必要があります。
機器 1 台に対して、個人データは 4 人まで登録することができます。
個人データを登録していない方でも、ゲスト機能を使って体重体組成をはかることができます。
「ゲスト機能を使ってはかる」（☞ 18 ページ）

ゲスト機能とは … 個人データを登録していない方でも、その都度生年月日・性別・身長を入力することで体重体組成をはかることができる機能です。
ゲスト機能を使ってはかったときの測定値は記録されません。

1 〔 ══ 〕に触れて、電源を入れる

電源が入り、個人番号「no.1」が点滅します。

2 個人番号を選択する

〔◁〕〔▷〕に触れて、登録したい個人番号を選び、
〔 ══ 〕で確定してください。

重要 「生年月日」が表示されたときはその個人番号はすでに登録済みです。別の番号をお使いいただくか、個人データを削除してください。
「個人データを変更／削除するには」（☞ 30 ページ）

3 「生年月日」を設定する

❶〔◁〕〔▷〕で「誕生年」を合わせて、〔 ⊂⊃ 〕に触れる

・設定範囲：1900 ～ 2045 年
・早 送 り：10 単位

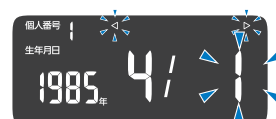
「誕生年」が確定し、「誕生月」が点滅します。

❷〔◁〕〔▷〕で「誕生月」を合わせて、〔 ⊂⊃ 〕に触れる

「誕生月」が確定し、「誕生日」が点滅します。

❸〔◁〕〔▷〕で「誕生日」を合わせて、〔 ⊂⊃ 〕に触れる

・早 送 り：10 単位

「誕生日」が確定し、「性別」が点滅します。

4 「性別」を設定する

〔◁〕〔▷〕で「男」または「女」を選び、〔 ⊂⊃ 〕に触れる

「性別」が確定し、「身長」が点滅します。

5 「身長」を設定する

〔◁〕〔▷〕で「身長」を合わせて、〔 ⊂⊃ 〕に触れる

・設定範囲：100.0 ～ 199.5 cm
・早 送 り：10 単位

身長が確定すると、「生年月日」「性別・年齢」「身長」が表示された後、「0.00 kg」と表示されます。

6 「0.00 kg」が表示されたら、本体に乗る

自動認識機能を使用するために測定し、体組成のデータを機器に記録します。
「自動認識機能について」（☞ 13 ページ）
「正しい測定のしかた」（☞ 11 ページ）

7 測定結果が表示されたら、測定完了

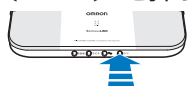
本体から降りてください。

■ 次のようなときは登録できていません。個人データの登録をやり直してください。

・設定中に約 1 分間何も操作しないで電源が自動的に切れたとき
・設定中に電源を切ったとき

これで登録が終わりました。

■ 終了するときは…

〔 OFF 〕を押す、または〔 〕に 3 秒以上触れて電源を切ってください。

〔 OFF 〕

または

〔 〕3 秒以上

■ 別の方の個人データを登録するときは…

〔 OFF 〕を押す、または〔 〕に 3 秒以上触れて電源を切ってください。
「個人データを登録する」（☞ 27 ページ）の手順 1 から操作してください。

個人データを変更／削除する

重要　すでにお使いの個人番号を他の方が使われる場合は、変更せずにいったん削除し、登録し直してください。健康サポートサービスをご利用の場合も同様に、いったん削除してください。その後健康サポートサービスにログインし、登録してください。

1 〔 ━━ 〕に触れて、電源を入れる

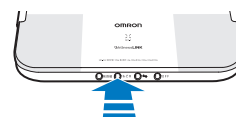
電源が入り、個人番号「no.1」が点滅します。

2 個人番号を選択する

〔◁〕〔▷〕に触れて、変更／削除したい個人番号を選んでください。

3 〔 ━━ 〕に触れる

4 〔もどる〕を押す

「生年月日」と「変更削除」が表示されます。

■ 変更するときは…

参考 個人データを変更しても、過去の測定値は変更／削除されません。

5 〔◁〕〔▷〕で「変更」を選ぶ

「変更」が点滅します。

6 〔 ─── 〕に触れる

「誕生年」が点滅します。

「個人データを登録する」（☞ 27 ページ）の手順 3 から 5 までの操作をしてください。

変更を中止するときは、〔OFF〕を押して電源を切ってください。

これで個人データの変更が終わりました。

続けて体重体組成を測定することもできます。
「体重体組成をはかる」（☞ 13 ページ）

測定しない場合は電源を切ってください。

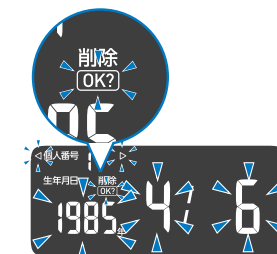
■ 削除するときは…

参考 個人データを削除すると、過去の測定値も削除されます。

5 〔◁〕〔▷〕で「削除」を選ぶ

「削除」が点滅します。

6 〔 ─── 〕に触れる

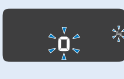
選んだ個人番号の内容とOK?が点滅します。

削除を中止するときは、〔OFF〕を押して電源を切ってください。

7 もう一度〔 ─── 〕に触れる

「Clr」が点灯した後、生年月日設定になります。

これで個人データの削除が終わりました。

電源を切ってください。

おかしいな？と思ったら

エラー表示が出た

エラー表示	原　因	対処のしかた
Err1	体組成の測定途中に本体から降りた	体組成の測定が終了するまで本体から降りないでください（☞ 13 ページ）
	足裏が電極に密着していなかった	足裏を電極に密着させて測定してください（☞ 11 ページ）
Err2	測定姿勢が悪かったり、足裏が電極に密着していなかった または、足裏が乾燥していた	足を動かさないように測定してください（☞ 11 ページ） ぬらしたタオルなどで足裏を少し湿らせてから測定してください
Err5	動作異常が起きた	電源を入れ直して測定してください それでもこのエラーが表示される場合は、本製品の故障が考えられます オムロン　お客様サービスセンターまで修理を依頼してください（☞ 裏表紙）
Err6	本体内部で通信不良が起きた	一度電源を切り、操作をやり直してください それでもこのエラーが表示される場合は、本製品の故障が考えられます オムロン　お客様サービスセンターまで修理を依頼してください（☞ 裏表紙）
Err	「0.00 kg」が表示される前に、本体に乗った	表示が「0.00 kg」になってから、本体に乗ってください
	「0.00 kg」が表示される前に、本体を動かした	測定が終わるまで、本体を動かさないでください
	測定中に体を動かした	測定中は体を動かさないでください
	体重が測定可能範囲外だった	
通信マーク Err 転送中に「Err」が表示された	パソコンやスマートフォンの表示を確認し、指示にしたがってください	

こんな画面が表示されたら

表示画面	原　因	状態説明と対処のしかた
P	〔⇋〕ボタンを長押しした	iPhone で機器登録をおこなう際に表示される画面です ・設定をキャンセルするときは、〔OFF〕を押して電源を切ってください ・機器登録される場合は「初期設定をする」（☞ 9 ページ）を参照してください

■ こんな画面が表示されたら（つづき）

表示画面	原　因	状態説明と対処のしかた
	機器本体にiPhoneの登録情報がある場合に、〔⇆〕ボタンを押した	iPhoneにデータ転送をおこなう際に表示される画面です ・転送をキャンセルするときは、〔OFF〕を押して電源を切ってください ・iPhoneでデータ転送をおこなう場合は「データ転送する」（☞ 23ページ）を参照してください
	〔⇆〕と〔もどる〕を同時に長押しした	iPhoneとの接続情報を削除する際に表示される画面です ・削除を中止するときは、〔OFF〕を押して電源を切ってください ・iPhoneとの接続情報を削除する場合は「iPhoneとの接続情報を削除する」（☞ 24ページ）を参照してください

■ 測定値がおかしい、動作がおかしい

こんなとき	原　因	対処のしかた
電源を入れても何も表示しない 本体に乗っても何も表示しない	電池が入っていない	電池を入れてください （☞ 7ページ）
	電池の方向を間違えて入れている	正しい方向に入れてください （☞ 7ページ）
	電池残量がなくなっている	電池を交換してください （☞ 7ページ）
本体に乗っても「0.00 kg」が表示される、または体重値がほとんど増えない	「0.00 kg」が表示される前に本体に乗った	「0.00 kg」が表示されてから本体に乗ってください
体重値が多く（または少なく）表示される	「0 kg補正」が正しくおこなわれていない	「0 kg補正」をおこなってください（☞ 12ページ）
	お使いの地域の設定が正しくない	正しいお使いの地域を設定してください
測定値が異常に高い、または低い 測定のたびに極端に値が違う	正しい姿勢で測定していない	正しい姿勢で測定してください （☞ 11ページ）
	じゅうたんなどの柔らかい床面や、凹凸のある床面の上で測定している	硬く平らな床面で測定してください
	足裏や体自体が冷えてしまって、血行が悪くなっている	体を温めるなどして、血行が通常の状態に戻ってから測定してください
	電極部が非常に冷たくなっている	暖かい部屋などにしばらく置いて、電極に触っても冷たく感じない程度になったら測定してください
	足裏が乾燥している	ぬらしたタオルなどで足裏を少し湿らせてから測定してください
正しく認識されない	しばらくはかっていない間に体重値が大きく変わった	個人番号を選んでから、はかってください （☞ 17ページ）
	登録している人の中に似た体格の人がいる	

■ 測定値がおかしい、動作がおかしい（つづき）

こんなとき	原　因	対処のしかた
正しく認識されない	別ユーザーの測定結果が記録された	個人番号を選んでから、はかってください（☞ 17 ページ）
一部の結果で「----」が表示される	登録した値や体組成の値が測定可能範囲外だった	設定した生年月日・性別・身長が間違っていないか確認してください 「個人データを変更 / 削除する」（☞ 30 ページ） 生年月日・性別・身長を正しく設定していても、表示範囲外の場合や対象年齢を満たしていない場合は「----」が表示されます 「仕様」（☞ 41 ページ）
体組成をはかりたいのに、体重値しか表示されない	個人番号の登録またはゲストの登録をしていない（表示部に個人番号や「ゲスト」が表示されていない）	個人番号の登録またはゲストの登録をしてから測定してください（☞ 18、27 ページ）
	個人番号やゲストを選択してない（表示部に個人番号や「ゲスト」が表示されていない）	個人番号またはゲストを正しく選択してから測定してください（☞ 17、18 ページ）
本体に乗っても何も表示しない	「0 kg 補正」ができていない	「0 kg 補正」をおこなってください（☞ 12 ページ）
	電池交換後、地域設定をおこなっていない	地域設定をおこなってください（☞ 25 ページ）
	体重が軽すぎる	個人番号を選択してから測定してください（☞ 17 ページ）
スイッチがきかない	本体に乗ったままスイッチに触れていた、または 2 つ以上のスイッチに同時に触れていた	本体から降りてから触れてください。またスイッチに触れるときは 1 つずつにしてください
データの転送ができない	アプリまたは USB 通信ソフトがインストールされていない、または起動していない	アプリまたは USB 通信ソフトをインストール、または起動してください（☞ 健康サポートサービスのヘルプ）
	体重体組成計の通信エリアマークとスマートフォン、USB 通信トレイのマークとが合っていない、または距離が離れすぎている	体重体組成計とスマートフォン、USB 通信トレイのマークを合わせる、または通信可能な距離まで近づけてください
	強い磁力や電波の発生するものの近くでデータ転送した	電波の影響を受けない場所で、もう一度データ転送をおこなってください
	表示部に「▭」が点灯していませんか	単 4 形アルカリ乾電池（4 個）と交換してください

■ 測定値がおかしい、動作がおかしい（つづき）

こんなとき	原　因	対処のしかた
iPhone でデータ転送できない	使用中のものとは別の iPhone で初期設定された	「スマートフォンで設定する」（☞ 9 ページ）
	アプリを起動していない	アプリをインストール、または起動してください「スマートフォンで設定する」（☞ 9 ページ）
	Bluetooth® が「オフ」になっている	**Bluetooth**® を「オン」にしてください「スマートフォンで設定する」（☞ 9 ページ）
	Android スマートフォンまたはパソコンで初期設定した	iPhone で初期設定してください（☞ 9 ページ）
	機器と iPhone の距離が離れすぎていませんか	間に障害物がないことを確認のうえ、iPhone を近づけてください
	機器が通信待機状態になっていない	〔⇋〕ボタンを押してください
iPhone の「設定」-「**Bluetooth**®」内のデバイス一覧に機器が表示されない	アプリをダウンロードしていない、または機器登録が完了していない	アプリをダウンロードしてください。iPhone の「設定」から **Bluetooth**® を「オン」にした後、アプリを起動し、初期設定をしてください「スマートフォンで設定する」（☞ 9 ページ）
何もしていないのに電源が切れる		「電源が切れた」（☞ 35 ページ）を参照してください

※「おかしいな？と思ったら」に記載されている対処方法でも直らない場合、商品についてはオムロンお客様サービスセンター、健康サポートサービスについてはサポートデスクまでお問い合わせください。（☞ 裏表紙）
※製品の故障および修理のご依頼につきましては、オムロン　お客様サービスセンターまでご連絡ください。（☞ 裏表紙）
※ごくまれにその方の体質上誤差を生じて測定できない方がおられます。
このような場合にもオムロン　お客様サービスセンターまでご相談ください。（☞ 裏表紙）
※本製品の故障、修理のときは、個人データは全て削除されますのでご了承ください。

■ 電源が切れた

次の場合は自動的に電源が切れます。

- 「0.00 kg」が表示されているときに、約 1 分間何も操作しなかった場合
  ただし、体重引き算機能の 2 回目の測定前の場合は、約３分間で電源が切れます
- 個人データの登録などをしているときに、約 1 分間何も操作しなかった場合
- 測定結果を確認しているときに、約 1 分間何も操作しなかった場合
- 「Err」（通信時を含む）が表示された場合（約 10 秒後に電源が切れます）
- 転送完了後に、約 10 秒間何も操作しなかった場合

活用ガイド

特長と測定原理

特長

体組成の推定式をつくるための基礎データは、それぞれの体組成測定に最適な方法や測定装置で収集

体脂肪率：水中体重秤量法（プールに潜り空気を吐き切った状態で体重を測定し、アルキメデスの原理で出した体密度から体脂肪を推定する方法です。）

基礎代謝：呼気ガス分析装置（呼吸するときの空気中の成分を分析する装置です。安静時の呼気中の酸素消費量を計測して基礎代謝を算出することができます。）

内臓脂肪レベル：X 線 CT（Computed Tomography）装置（X 線を利用して体に傷をつけずに輪切りの画像を撮影する医療機器です。腹部のへその位置の輪切り画像から内臓脂肪面積を計算することができます。）

骨格筋率：MRI（Magnetic Resonance Imaging System）磁気共鳴画像診断装置（人間の体内には無数の水素原子核があり、この水素原子核は磁場と電波をあてると動きます（共鳴）。体の組織によって水素原子核の共鳴のしかたが異なることを利用してこれを画像化し体組成を計算することができます。）

測定原理

電気抵抗値から体組成データを推定

本製品は、測定時に両足の間に微弱な電流を流して、体の電気抵抗を測定する方法（BI 法 *）を利用しています。*BI 法：Bioelectrical Impedance（生体インピーダンス）法

人間の体を構成する組織のうち、電気を通しやすいのは水分の多い組織（例えば筋肉や血管など）で、脂肪組織は電気をほとんど通しません。この特性を利用して、脂肪とそれ以外の組織の割合を推定しているのです。

体に流す電流は非常に微弱（50 キロヘルツ、500 マイクロアンペア）ですので、ビリビリと刺激を感じるようなこともなく、体にも安全です。

両足間の電気抵抗から体組成データを得るために、

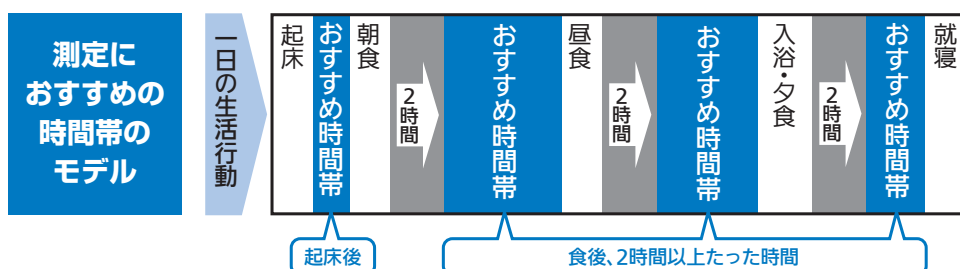
（1）電気抵抗値　（2）身長　（3）体重　（4）年齢　（5）性別　の 5 項目を使い、当社が独自に収集した人体の基礎データから作り上げた推定式を用いています。

正しく測定していただくためには

正確に測定できる場所は…　硬く平らな床面

畳やじゅうたんなどの柔らかい床面では正確に測定できません。

測定に適した時間帯は…
起床後か、食後２時間以上たってから

本製品が測定する体の電気抵抗値は、電気が通る部分の水分量の影響を受けます。
下図を参考にして、体内水分量が安定している時間帯で測定しましょう。

このような場合は測定を避けてください。

■激しい運動直後　■サウナや入浴直後　■アルコール多飲後
■多量の水分摂取、食事後（1 ～ 2 時間）

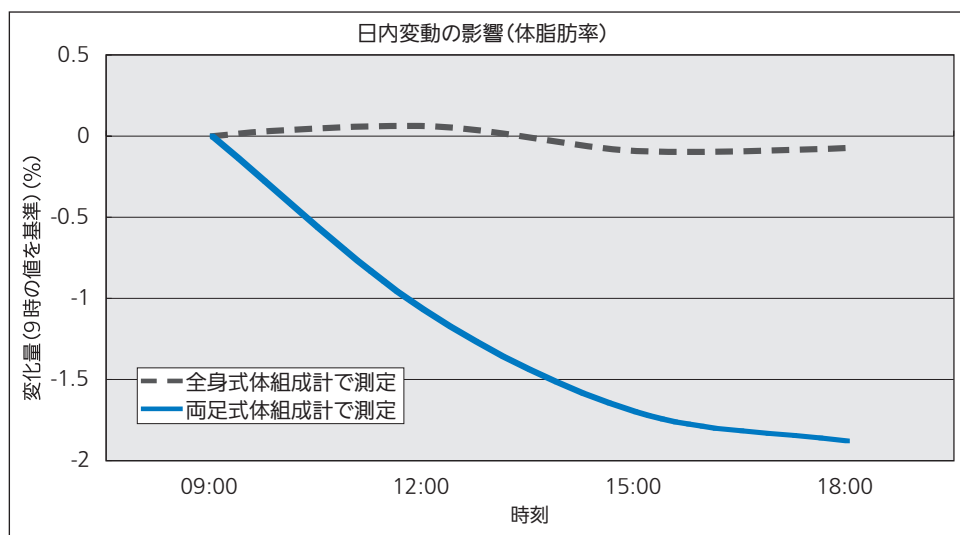
重要 次のような方は体内水分量などの体組成が平均的な値と差が大きいため、正しく測定できない場合があります。

■高齢者　■風邪などで発熱中の人　■妊娠中の人
■骨の密度が非常に低い骨粗しょう症患者　■むくみのひどい人
■人工透析患者　■ボディービルダーやスポーツを職業にしている人またはそれに近い人

※上記のような方は、体組成の「変動傾向」をチェックするために本製品をご利用ください。

測定値がおかしいと思ったときは…（「おかしいな？と思ったら」☞ 32 ページ）

変化をより正確に知るには…　毎日同じ時間帯で

起床から就寝までの間に、体内の水分は徐々に下半身に集まってくる傾向にあります。
足のむくみのような状態は水分が足に集まってきたことによっておこります。
両足測定方式では下半身を中心に電気抵抗を測定しますので、個人差はありますが、このような水分の日内変動が原因で体組成推定値が変化する場合があります。
毎日、できるだけ同じ時間帯に測定することでより正しく体組成の変化を知ることができます。

※このグラフは日内変動による体組成推定値変化の一例です。

指　標

BMI

肥満度を判定する国際的な基準で、理想体重は BMI「22」のときです。

BMI ＝ 体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）

基礎代謝量

生命維持に必要なエネルギーです。

厚生労働省：日本人の食事摂取基準（2010 年版）

年齢（才）	男性		女性	
	基準体重（kg）	基礎代謝量（kcal/日）	基準体重（kg）	基礎代謝量（kcal/日）
1 ～ 2	11.7	710	11.0	660
3 ～ 5	16.2	890	16.2	850
6 ～ 7	22.0	980	22.0	920
8 ～ 9	27.5	1,120	27.2	1,040
10 ～ 11	35.5	1,330	34.5	1,200
12 ～ 14	48.0	1,490	46.0	1,360
15 ～ 17	58.4	1,580	50.6	1,280
18 ～ 29	63.0	1,510	50.6	1,120
30 ～ 49	68.5	1,530	53.0	1,150
50 ～ 69	65.0	1,400	53.6	1,110
70 以上	59.7	1,280	49.0	1,010

※この基準値は目安です。本製品は個人の体組成結果をもとに基礎代謝を算出しています。

判定表示について

体脂肪率判定、骨格筋率判定、内臓脂肪レベル判定が表示されます。

体脂肪率

体重のうち、体脂肪の重さが占める割合です。

体脂肪率		判定		
男性	女性	4 段階	12 段階	表示
5.0 ～ 6.6 %	5.0 ～ 9.9 %	低い	1	低い ▮
6.7 ～ 8.3 %	10.0 ～ 14.9 %		2	低い ▮▮
8.4 ～ 9.9 %	15.0 ～ 19.9 %		3	低い ▮▮▮
10.0 ～ 13.2 %	20.0 ～ 23.2 %	標準	4	標準 ▮
13.3 ～ 16.5 %	23.3 ～ 26.5 %		5	標準 ▮▮
16.6 ～ 19.9 %	26.6 ～ 29.9 %		6	標準 ▮▮▮
20.0 ～ 21.6 %	30.0 ～ 31.6 %	やや高い	7	やや高い ▮
21.7 ～ 23.3 %	31.7 ～ 33.3 %		8	やや高い ▮▮
23.4 ～ 24.9 %	33.4 ～ 34.9 %		9	やや高い ▮▮▮
25.0 ～ 33.3 %	35.0 ～ 39.9 %	高い	10	高い ▮
33.4 ～ 41.7 %	40.0 ～ 44.9 %		11	高い ▮▮
41.8 ～ 50.0 %	45.0 ～ 50.0 %		12	高い ▮▮▮

〈Lohman（1986）および長嶺（1972）によって提唱されている肥満判定の値を参考にしています。〉

内臓脂肪レベル

内臓のまわりについている脂肪面積の大小を自社データに基づいてレベル化したものです。

内臓脂肪レベル	判定		
	3 段階	9 段階	表示
1 ～ 6	標準	1	標準
7		2	標準
8 ～ 9		3	標準
10 ～ 11	やや高い	4	やや高い
12		5	やや高い
13 ～ 14		6	やや高い
15 ～ 16	高い	7	高い
17		8	高い
18 ～ 30		9	高い

※体脂肪率が低くても、内臓脂肪レベルが高い場合もあり、逆に体脂肪率が高くても、内臓脂肪レベルが低い場合もあります。

※内臓脂肪レベルはあくまでも目安です。医学的診断については、医師にご相談ください。

骨格筋率

体重のうち、骨格筋の重さが占める割合です。
骨格筋は、運動などで鍛える（増やす）ことができる筋肉です。

骨格筋率		判定		
男性	女性	4 段階	12 段階	表示
5.0 ～ 14.2 %	5.0 ～ 11.8 %	低い	1	低い
14.3 ～ 23.5 %	11.9 ～ 18.8 %		2	低い
23.6 ～ 32.8 %	18.9 ～ 25.8 %		3	低い
32.9 ～ 33.7 %	25.9 ～ 26.5 %	標準	4	標準
33.8 ～ 34.7 %	26.6 ～ 27.2 %		5	標準
34.8 ～ 35.7 %	27.3 ～ 27.9 %		6	標準
35.8 ～ 36.2 %	28.0 ～ 28.2 %	やや高い	7	やや高い
36.3 ～ 36.7 %	28.3 ～ 28.6 %		8	やや高い
36.8 ～ 37.3 %	28.7 ～ 29.0 %		9	やや高い
37.4 ～ 41.5 %	29.1 ～ 36.0 %	高い	10	高い
41.6 ～ 45.7 %	36.1 ～ 43.0 %		11	高い
45.8 ～ 60.0 %	43.1 ～ 60.0 %		12	高い

※自社データに基づく

体年齢

基礎代謝をもとに算出した体の年齢です。
体年齢が実年齢より上か下かで、総合的な判断の目安になります。

各指標について詳しくは、当社ホームページ（http://www.healthcare.omron.co.jp）体重体組成計のページを参照してください。

仕　様

項目	内容			
販売名	オムロン 体重体組成計 HBF-254C　カラダスキャン			
表示*1	体重	2～100 kg まで	：50 g 単位	
		100～135 kg まで	：100 g 単位	
	BMI	2.5～90.0	：0.1 単位	
	体脂肪率	5.0～50.0 %	：0.1%単位	対象年齢 6 才以上
	体脂肪率判定	12 段階（低い／標準／やや高い／高い）		
	骨格筋率	5.0～60.0 %	：0.1%単位	
	骨格筋率判定	12 段階（低い／標準／やや高い／高い）		
	基礎代謝	385～3999 kcal	：1 kcal 単位	
	内臓脂肪レベル	1～30	：1 レベル単位	対象年齢 18 才以上
	内臓脂肪レベル判定	9 段階（標準／やや高い／高い）		
	体年齢	18～80 才	：1 才単位	
メモリ	表示メモリ	測定結果表示時、前回値表示されます		
	本体記録メモリ	30 回分（4 人合計 120 回分）		
通信方式	NFC-F（ISO/IEC 18092 準拠） **Bluetooth**® 4.0 (Low Energy)	2.4 XX 1		
Bluetooth® 通信距離	約 10m*2			
設定項目	重力補正	地域番号「1」～「7」		
	日付	2014 年 1 月 1 日～2045 年 12 月 31 日		
	時刻	0:00～23:59	：24 時間表示	
	個人データ登録［次の設定項目を 4 人分登録できます］			
	生年月日	1900 年 1 月 1 日～2045 年 12 月 31 日		
	性別	男／女		
	身長	100.0～199.5 cm	：0.5 cm 単位	
	※ゲストではかる場合の個人データはその都度設定します			
体重計精度	2.0 kg を超え 67.5 kg まで	：± 100 g		
	67.5 kg を超え 100.0 kg まで	：± 150 g		
	100.0 kg を超え 135.0 kg まで	：± 300 g		
電源	単 4 形アルカリ乾電池 4 個（LR03）			
電池寿命*2	約 6 カ月（単 4 形アルカリ乾電池、室温 23℃、1 日 4 回測定、一週間に 4 回の転送をおこなった場合）			
使用環境温湿度	＋5～＋35℃	30～85% RH		
保管環境温湿度	－20～＋60℃	10～95% RH		
質量	約 1.7 kg（電池含む）			
寸法	幅 約 327 × 奥行き 約 249 × 厚さ 約 30 mm			
付属品	お試し用電池（単 4 形アルカリ乾電池 4 個）、取扱説明書（本書：品質保証書付き）			

お断りなく仕様を変更する場合がありますのでご了承ください。

*1 5 才以下の方：体重と BMI のみ測定できます。
17 才以下の方：内臓脂肪レベル、体年齢は測定できません。
81 才以上の方：体組成は参考値となります。

*2 通信距離、電池寿命は、通信機器間の距離や障害物、電波状況、お使いの機器の使用状況などにより変化します。また、電波状況により通信が切断される場合があります。

体重計の精度について

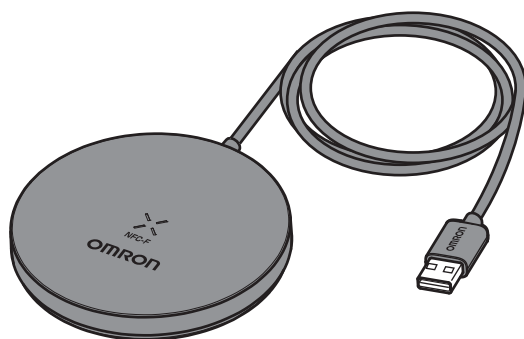
- この体重計は計量法に定められた技術基準で製造し、厳重な検査のうえ、出荷しております。この製品のメーカー保証精度は、前記の体重計精度欄に記載のとおりです。
- この体重計はご家庭で体重をはかるために製造されたはかりです。ものの売買取引や、そのものの目方が正しいかどうかなどを証明することには、計量法により使用できませんのでご注意ください。

別売品について

別売品のお求めは、オムロン お客様サービスセンター（電話 0120-30-6606）までご連絡ください。

次の別売品をご用意しています。

• USB 通信トレイ

型式：HHX-IT4

※ USB 通信トレイ（型式：HHX-IT2 および HHX-IT3）は、HBF-254C に対応しておりません。

保証規定

1. 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書きにしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後 1 年以内に故障した場合には無償修理または交換いたします。
2. 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、オムロン お客様サービスセンターにご連絡ください。
3. 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
   (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
   (ロ) お買い上げ後の落下・水没などによる故障および損傷。
   (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧、指定外の使用電源（電圧、周波数）などによる故障および損傷。
   (ニ) 品質保証書の提示がない場合。
   (ホ) 品質保証書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。
   (ヘ) 本体以外の消耗部品。
   (ト) 故障の原因が本製品以外に起因する場合。
   (チ) その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。
4. 品質保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
5. 品質保証書は本規定に明示した期間、条件のもとにおいて無償保証をお約束するものです。したがってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。
6. 補修用部品は製造打ち切り後、最低 6 年間保有しています。

品質保証書

このたびは、オムロン製品をお買い求めいただきありがとうございました。製品は厳重な検査をおこない高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、1 年間は無償修理または交換いたします。

※製品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。
This warranty is valid only in Japan.

※以下につきましては、必ず販売店にて、
記入捺印していただいてください。

販売名 オムロン 体重体組成計 HBF-254C カラダスキャン

ご芳名

ご住所

TEL

お買い上げ店名

印

住所

TEL

お買い上げ年月日　　年　　月　　日

発売元 **オムロン ヘルスケア株式会社** 〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪53番地

製品のお問い合わせ、別売品や消耗部品のお求め、修理のご依頼

オムロン お客様サービスセンター
TEL 通話料無料 **0120-30-6606**
FAX 通信料無料 **0120-10-1625**
〒515-8503 三重県松阪市久保町1855-370

受付時間
（祝日を除く月～金）
9：00～19：00

都合によりお休みをいただいたり、受付時間帯を変更させていただくことがありますのでご了承ください。

ホームページ http://www.healthcare.omron.co.jp/
通信料はお客様ご負担となります。（別売品·消耗部品は、インターネットでもお求めいただけます。）

健康サポートサービスのお問い合わせ

サポートデスク
http://wellnesslink.jp/support/

お問い合わせの内容により、回答までにお時間をいただく場合があります。
あらかじめご了承ください。

5130742-3B HBF-254C